



АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ
(ЗАВТРАК - 134,00 РУБ, ОБЕД - 201,00 РУБ)

" 20 " 05 2026 г

3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 37/2	37/2	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	200	5,20	7,80	24,60	189,40
ТТК № 15/2	15/2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,60	8,84	10,70	128,26
ТТК № 10/2	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,08	21,20	106,52
ТТК № 97/2	97/2	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,50	2,30	13,14	83,26
ТТК № 29/2	29/2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			630	17,30	24,52	89,44	604,64
Обед							
ТТК № 381/2	381/2	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ	100	3,42	8,02	5,82	109,14
ТТК № 382/2	382/2	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	250	2,66	6,90	9,45	110,54
ТТК № 59/2	59/2	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	14,10	12,00	9,54	194,54
ТТК № 127/2	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,60	5,58	25,07	150,89
ТТК № 89/2	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,90	0,66	27,78	132,66
ТТК № 10/2	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,08	21,20	106,52
ТТК № 128/2	128/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,78	0,00	20,56	85,36
ТТК № 1/2	1/2/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			1050	31,36	34,44	127,52	932,65
Всего за день:				48,66	58,96	216,96	1 537,29

Зав. производством:

Калькулятор: